

O dia-a-dia nas grandes cidades é marcado pela correria, pela agenda lotada, pela sensação constante de que precisaríamos de mais tempo na semana. Estamos tão ocupados nos estudos, no trabalho, na família e na igreja. Aliás, até as crianças são criadas dentro dessa lógica de agenda lotada! Neste livro, DeYoung não dá meras dicas de gerenciamento do tempo, mas sim princípios bíblicos que nos ajudam a entender o motivo de estarmos tão ocupados, e como podemos arrancar o problema pela raiz. Aproveite o maior tempo em casa para ler algo que vai ser de grande proveito quando as coisas voltarem ao normal.

**Título:** Super Ocupado | **Autor:** Kevin DeYoung | **Editora:** Fiel

### Frase para Refletir

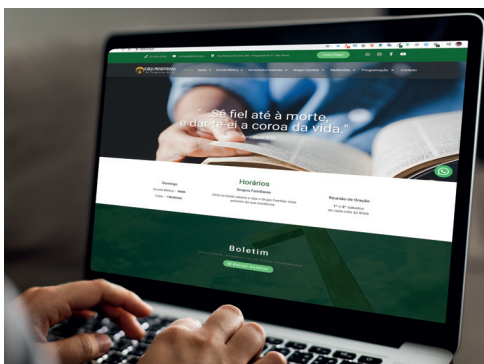
*Se Jesus Cristo for tirado de nós, então Deus se torna juiz de pecadores, de modo que não podemos esperar por qualquer bondade ou favor de suas mãos – mas, ao invés, esperar a vingança, porque sem Jesus Cristo, sua majestade será sempre terrível e temível para nós. Se ouvirmos menção ao seu propósito duradouro, não podemos deixar de ter medo, como se já estivesse pronto para nos mergulhar na miséria. Mas quando sabemos que toda graça reside em Jesus Cristo, então podemos estar certos de que Deus nos amou, embora indignos.*

**João Calvino, pastor de Genebra (1509-1564)**

### Oficina de Artesanato

Nossa oficina de artesanato estará suspensa enquanto durar o isolamento social recomendado pelas autoridades.

### Novo Site



**ENDEREÇO**  
Rua Estácio Ferreira, 166  
São Paulo, 02926-050  
Tel.: 11 4564-8508

**DADOS BANCÁRIOS**  
Banco Itaú S.A. 341  
Agência: 0354 – C/C 05006-4  
CNPJ: 01.895.211/0001-00

**MARKETING**  
Pb. Rogério - coordenador  
Pb. Ademar - auxiliar  
✉ contato@ipbfo.org.br

### PASTOR

Alceu Lourenço  
de Souza Junior

### SEMINARISTA

Günther A. Zanchi Nagel

### PRESBÍTEROS

Eliel Braga

Ricardo da Silva Morais

Rogério de Araujo Silva

Vanderlei Lopes Machado

### DIÁCONOS

Azarias Braga

Breno Silva Oliveira

Flávio Martins Lima

Júlio César Giovanelli

Lucas Caetano Ferreira

## NO RITMO (LENTO) DA PANDEMIA

Desde o início do século 19, nosso mundo começou a acelerar com a invenção da máquina a vapor, que tornou a mineração, a indústria e a locomoção muito mais rápidas. Com a invenção dos motores a combustão e elétrico, tudo se tornou ainda mais rápido – isso para não falar no avião, que fez com que os continentes se tornassem vizinhos.

Também foi no século 19 que as primeiras formas de telecomunicação (*telégrafo e telefone*) foram inventadas, se tornando cada vez mais acessíveis durante o século 20. Mas com a popularização da internet através dos celulares, a comunicação se tornou praticamente imediata, seja por meio de texto, voz, foto ou vídeo.

Juntas, a revolução na locomoção e a revolução na comunicação transformaram completamente nossa sociedade e nosso jeito de viver – como comprova o sucesso dos serviços de entrega por aplicativos, impulsionados pelo isolamento social por causa da **COVID-19**.

Com tudo isso, uma das marcas da nossa época é a rapidez com que as coisas acontecem, com que fazemos o que tem que ser feito, com que conseguimos o que queremos – assim como a rapidez com que nos irritamos com qualquer demora. Pode ser a demora da comida que pedimos no delivery, da resposta da mensagem que enviamos, do carro da frente em andar quando o semáforo abre, do bebê do vizinho em parar de chorar, do governo em encerrar o isolamento, dos pesquisadores em encontrar a vacina, do nosso filho em dominar aritmética, do nosso cônjuge melhorar naquelas áreas que desgastam a relação, da nossa oração ser atendida, e a lista simplesmente não tem fim.

Parece que a tecnologia não apenas tornou as coisas mais rápidas, mas também as pessoas mais impacientes. Se a primeira consequência é positiva, o mesmo não se pode dizer da segunda.

Não posso afirmar que o objetivo de Deus ao enviar essa pandemia (que já mudou nosso ritmo de vida nos últimos três meses e não parece que vai embora tão cedo) seja nos forçar a aprender sobre a paciência. Mas sei, com certeza, que ele nos ordena a sermos pacientes na tribulação (Rm 12.12), e que conta a paciência entre as virtudes cristãs (Gl 5.22,23; Ef 4.2; Cl 3.12).

Portanto, que esse freio que o Senhor pôs em nossas correrias possa ser um tempo no qual nós possamos aprender e exercitar a paciência, como filhos daquele que é chamado “Deus da paciência” (Rm 15.5).

### Assistência Diaconal

A Junta Diaconal se coloca à disposição dos irmãos, especialmente os mais idosos, para ajudarem com uma carona, compras, cestas básicas, etc. Em caso de necessidade, contate um dos nossos irmãos diáconos, ou mande uma mensagem pelo 98888-0565 (Whatsapp IPFÓ).

### Atendimento pastoral

O Pastor Alceu e os Presbíteros estão à disposição dos irmãos durante a semana para aconselhamento e oração. Para não expor os irmãos a nenhum risco, as visitas pastorais estão reduzidas apenas aos casos de emergência. Faça contato pelo 98888-0565 (Whatsapp IPFÓ).

### Visitem nossos sites!

**Igreja da Freguesia do Ó**  
🌐 [www.ipbfo.org.br](http://www.ipbfo.org.br)

**Igreja Presbiteriana do Brasil:**  
🌐 [www.ipb.org.br](http://www.ipb.org.br)

📖 Pr. Alceu Lourenço

### NOSSA PROGRAMAÇÃO Grupos Familiares

Acesse o nosso site e veja o Grupo Familiar mais próximo da sua residência.

### Reunião de Oração

1º e 3º sábados  
de cada mês às 8h00

### Cultos Dominicais

EBD - 9h00  
Noite - 18h30min

## Motivos Específicos de Oração

Os pedidos de oração devem ser comunicados pelo 98888-0565 (Whatsapp IPFÓ).

✉ [alceulourencos@gmail.com](mailto:alceulourencos@gmail.com)

SAÚDE. D. Antonieta; D. Vivian; Tite; Emar (irmão da Silvano); D. Dalva (mãe do Dorisvaldo); Priscila (filha da Marisa, do artesanato); Priscila (esposa do Rev. Edson); Valdemir (amigo do Pb. Ademar); Sr. José (pai da Cleene) e Sr. Beto (pai da Andressa), ambos com COVID-19.

Família Ciaccio (consolo pelo falecimento do Sr. Almir, sogro da Rosa).

**Os pedidos de oração devem ser comunicados pelo 98888-0565 (Whatsapp IPFÓ).**

## Motivos de Oração Geral

- 1) Crise mundial na saúde (COVID-19)
- 2) Vida espiritual dos crentes e famílias durante o período de fechamento das igrejas
- 3) Atividades on line da igreja durante o isolamento social
- 4) Saúde dos irmãos idosos e de outros grupos de risco
- 5) Saúde e ministério dos Missionários
- 6) Pela saúde e despertamento espiritual dos vizinhos e policiais militares da região
- 7) Membros afastados
- 8) Desempregados e negócios afetados pela pandemia
- 9) Artesanato (continuidade após o isolamento)

## Escala de Púlpito

Enquanto estivermos sob isolamento social, transmitiremos um momento de adoração e edificação ao vivo pelo Facebook da IPFÓ, no horário do culto noturno (18h30). O Pr. Alceu trará as mensagens e alguns irmãos do Ministério de Música entoarão louvores.

## Na Ponta da Língua

A IPFÓ é uma agência do Reino de Deus plantada neste bairro. Porém, não estamos falando do púlpito, do prédio ou do CNPJ da igreja, mas do povo de Deus que aqui se ajunta para celebrar o seu Salvador. Portanto, mesmo enquanto impedidos temporariamente de congregar, continuamos com a missão de anunciar as boas novas do evangelho. E, em tempos de apreensão, angústia e desespero como estamos vivendo, é ainda mais impactante o testemunho de paz de espírito que somente os crentes em Jesus podem dar. Aproveite cada oportunidade de explicar às pessoas ao seu redor a razão que você tem para manter uma viva esperança em seu coração (1Pe 3.15). E oremos para que mais pessoas venham se refugiar naquele que é a Rocha em quem confiamos.

## Jejum e Oração

Mais uma vez, o Conselho da IPFÓ convoca os irmãos a dedicarmos o primeiro domingo do mês **(07/06)** ao jejum e oração ao Senhor. Esse dia é especialmente apropriado porque, conforme estamos impedidos de nos reunimos em torno da Mesa do Senhor na IPFÓ, podemos buscar sua face nos privando da mesa comum também. E motivos para jejuar não faltam. Oremos pelos enfermos, pelos familiares de luto, pelos idosos e outros grupos de risco, pela descoberta de uma forma de tratamento efetiva, pelas equipes de saúde, para que muitos descubram a fé em Cristo em meio à crise, para que os crentes não sejam tentados a desanimar ou esfriar na fé. A duração do jejum deve ser determinada por cada um de acordo com suas condições de permanecer sem o alimento. uns conseguirão jejuar durante a manhã, outros manhã e tarde, enquanto alguns o farão pelo dia inteiro. O mais importante é que cada um guarde esse tempo para nos humilharmos e buscarmos a face do Senhor de todo nosso coração.

## Agenda

Devido à necessidade de isolamento social para conter o avanço do Coronavírus, nossas atividades presenciais estão suspensas até segunda ordem da parte das autoridades e especialistas da saúde.

- O Conselho convoca todos os membros da IPFÓ para consagrarem o primeiro Dia do Senhor de cada mês durante o isolamento social com jejum e oração, clamando pela misericórdia do Senhor sobre o mundo todo e sobre sua igreja.
- Aos domingos temos transmissões ao vivo de Escola Bíblica (10h) e Culto Dominical (18h30) pelas redes sociais da IPFÓ. As informações para acessar são colocadas no Whatsapp da igreja, dos jovens, dos adolescentes e da UCP.
- Nossos Grupos Familiares têm realizado reuniões virtuais para estudo bíblico e oração. Informe-se pelo Grupo de Whatsapp da IPFÓ, ou mande uma mensagem para 98888-0565 (Whatsapp IPFÓ). Procure reunir sua família para o culto doméstico com regularidade.

## Aniversários do Mês

- |    |                                   |
|----|-----------------------------------|
| 02 | Etelvina de Oliveira Assunção     |
| 05 | Luiz Carlos Machado               |
| 05 | Vivian Ceccopieri Gatti           |
| 06 | Filipe Moraes Antraco             |
| 08 | Francisco de França Pereira Filho |
| 10 | Margarida Vieira da Silva         |
| 10 | Emerita Augusta da Silva          |
| 12 | Neide Machado Franco              |
| 21 | Celso Giorlano                    |
| 23 | Ivoleide Elias de Melo            |
| 27 | Eduarda Machado Benevides         |

## Aniversários de Casamento

- |    |                     |
|----|---------------------|
| 08 | Ricardo e Aluana    |
| 11 | Rev Filipe e Lenice |
| 17 | César e Cristiane   |

## Catecismo de Heidelberg

O Catecismo de Heidelberg (1563) é um dos mais importantes símbolos de fé das igrejas reformadas em todo o mundo, tendo sido muito utilizado pelos pais para instruir os filhos na fé reformada em seus lares. Se você quiser usá-lo para ensinar seus filhos durante esse período de isolamento doméstico, pode encontrar o Catecismo de Heidelberg completo e com guias de estudo aqui.

<http://www.heidelberg-catechism.com/pt/>

### Dia do Senhor 6

16. Por que o Mediador deve ser verdadeiro homem e homem justo?

Resposta. Deve ser verdadeiro homem, porque a justiça de Deus exige que o homem pague o pecado do homem.<sup>1</sup> Deve ser homem justo, porque alguém que tem seus próprios pecados, não pode pagar por outros.<sup>2</sup>

1 Is 53.3-5; Jr 33.15; Ez 18.4,20; Rm 5.12-15; 1Co 15.21; Hb 2.14-16. 2 Sl 49.7; Hb 7.26,27; 1Pe 3.18.

17. Por que o Mediador deve ser, ao mesmo tempo, verdadeiro Deus?

Resposta. Porque, somente sendo verdadeiro Deus,<sup>1</sup> Ele pode suportar,<sup>2</sup> como homem, o peso da ira de Deus, 3 e conquistar e restituir, para nós, a justiça e a vida.<sup>4</sup>

1 Is 9.6; Rm 1.4; Hb 1.3. 2 Is 53.4,11. 3 Dt 4.24; Sl 130.3; Na 1.6. 4 Is 53.5,11; 54.8; Jo 3.16; At 20.28; 1Pe 3.18.

18. Mas quem é esse Mediador que, ao mesmo tempo, é verdadeiro Deus e verdadeiro homem e homem justo?

Resposta. Nosso Senhor Jesus Cristo,<sup>1</sup> que nos foi dado para completa salvação e justiça.<sup>2</sup>

1 Jr 23.5,6; Mt 1.23; 3.1; Rm 1.3; 8.3; 9.5; Gl 4.4; 1Jo 5.20; Lc 1. 35,42; 2.6,7; Fp 2.7; Hb 2.9,14,17; 4.15; 7.26; Is 53.9,11; 1Pe 1.19; 2.22; 3.18; Lc 2.11; Jo 1.1,14; 8.46; 14.6; 1Tm 2.5; 3.16. 2 1Co 1.30; 2Co 5.21.

19. Como você sabe isto?

Resposta. Pelo santo Evangelho, que o próprio Deus, de início, revelou no paraíso.<sup>1</sup> Depois mandou anunciá-lo pelos santos patriarcas 2 e profetas 3 e, de antemão, o representou através dos sacrifícios e das outras cerimônias do Antigo Testamento. 4 Finalmente, o cumpriu por seu único Filho. 5

1 Gn 3.15. 2 Gn 12.3; 22.18; 26.4; 49.10. 3 Is 42.1-4; 43.25; 49.6; 53; Jr 23.5,6; 31.32,33; Mq 7.18-20; Jo 5.46; At 3.22-24; 10.43; Rm 1.2; Hb 1.1. 4 Cl 2.17; Hb 10.1,7. 5 Rm 10.4; Gl 3.24; 4.4,5; Cl 2.17.